memorias del deporte

ECUADOR

atletismo

marcha atlética







Memorias del deporte: atletismo - marcha atlética
© 2011
Ministerio del Deporte

Dirección general: Miguel Alvear
Producción Ejecutiva: Mariana Andrade
Edición: Rafael Barriga
Diseño: Sebastián Malo
Diagramación: Anima
Fotografía: Ricardo Bohórquez y Miguel Alvear
Ilustraciones: Diego Terán Rojas
Texto «Ecuador en marcha»: Galo Alfredo Torres

Producido y editado por **OCHOYMEDIO**

memorias del deporte

atletismo

ECUADOR

marcha atlética

ÍNDICE





Introducción:
El atletismo ecuatoriano, una breve reseña

Cuando el 6 de marzo de 1951, la guayasense Jacinta Sandiford saltó una altura de 1 metro y 46 centímetros en la prueba de salto alto en los Juegos Panamericanos de Buenos Aires, Argentina, un momento trascendente en el deporte ecuatoriano ocurría. Sandiford ganaba así la primera medalla de oro panamericana en la historia del Ecuador. Su fortaleza emocional y talento para los deportes la convirtieron no solo en una atleta premiada, sino que también fue una excelente basquetbolista, ganadora de títulos con varios equipos de Guayas. Jacinta era fiel a la estirpe de la

extraordinaria velocista quiteña Carola Castro, la «Flechita de oro», que siendo también jugadora de baloncesto y atleta, le dio al Ecuador el triunfo en los Juegos Bolivarianos y en los Juegos Sudamericanos de 1938.

VELOCIDAD

Las hazañas de Sandiford y Castro son apenas el inicio de una larga lista de competiciones de deportistas ecuatorianos dedicados al atletismo, el «deporte base»: Alejandro Arroyo, de Guayaquil, fue tercero en América en los 800 metros planos en el Sudamericano de Buenos Aires de 1969; Liliana Chalá, quiteña, triple campeona sudamericana, en 1987, 1989 y 1991, en 400 metros vallas, representante del Ecuador en los Juegos Olímpicos de 1988, 1992 y poseedora de 10 récords nacionales en esa especialidad; la espigada Nancy Vallecilla, natural de Portovelo, El Oro, ganó muchas competencias bolivarianas y fue doble campeona de América del Sur en los Juegos de La Paz, en Bolivia, en 1979, en 100 metros vallas y Pentatlón; Jackson Quiñónez, velocista de los 110 metros vallas, que luego de representar al Ecuador en los Mundiales de 2003 y 2005, y en los Olímpicos de 2004, se nacionalizó español, siendo tricampeón de ese país y finalista en los Juegos Olímpicos de Beijing; Franklin Nazareno, de Portoviejo, subcampeón Sudamericano en los 100 metros planos en los Campeonatos de Sao Paulo, Brasil… La historia del Ecuador en la pista y en la velocidad es amplia y espera continuidad en el futuro.

RESISTENCIA

Es en las pruebas de fondo y medio fondo donde el Ecuador atlético ha teni-



ARRIBA: ROLANDO VERA, GANADOR VARIAS VECES DE LA CARRERA SAN SILVESTRE EN BRASIL. (FOTO CORTESÍA COMITÉ OLÍMPICO ECUATORIANO).
IZQUIERDA: ENTRENAMIENTOS DE SALTO ALTO EN CUENCA. (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

do una trascendencia internacional. El caso del cuencano Rolando Vera Rodas es ejemplar. «El Chasqui de oro» ganó la famosa carrera de San Silvestre, en Sao Paulo, Brasil, por cuatro oportunidades consecutivas: 1986, 1987, 1988 y 1989. Para los ecuatorianos, estas victorias resultaban la última alegría de cada uno de esos años, pues la San Silvestre se corre cada 31 de diciembre, minutos antes del nuevo año. Familias enteras se reunían para ver a Vera derrotar a sus rivales en la durísima «Subida de la *Consolaçao*» y deliraban al verlo llegar a la meta como ganador. Vera ganó también varias competencias importantes en Estados Unidos, como la Bolder Boulder y la Cascade Run Off; en pista fue también un campeón: obtuvo el oro sudamericano en Sao Paulo en los 5 000 metros en 1987 y en los 10 000 metros en 1989 en Medellín; fue subcampeón Panamericano en los 10 000 metros en Indianapolis y llegó a los Juegos Olímpicos de 1988, 1992 y 1996.

Marta Tenorio, de Salcedo, Cotopaxi, es otra gigante del aletismo del Ecuador, ganó la San Silvestre en 1989, llegó cuarta en la maratón de Boston, en Estados Unidos, una de las más importantes carreras del mundo, ganó la media maratón en Boulder, Estados Unidos, portó la bandera de Ecuador en los Juegos Olímpicos de 2000 y posee hasta hoy las marcas nacionales de 3 000 (9 minutos 10 segundos), 5 000 m (15:26), 10 000 m (32 minutos), 15 000 (49:50), media maratón (01:10: 47) y maratón (2:27:57). En 2011, a sus 44 años, todavía quiere competir y ganar. Su hermano Franklin Tenorio ha hecho también una carrera asombrosa en medias maratones y competencias de 15 km en todo el mundo. Han destacado también atletas como Silvio Guerra, que ha participado en los Juegos Olímpicos en Atlanta 1996 y Sídney

2000; la latacungueña Janeth Caizalitín, campeona sudamericana en 1997 en los 1 500 metros planos y campeona universitaria en Estados Unidos representando a la Universidad de Brigham Young; el legendario Luis Tipán, ganador de cinco competencias de la carrera «Ultimas Noticias» en Quito; la quiteña Yolanda Quimbita, campeona nacional, bicampeona sudamericana y tercera ubicación en la tradicional carrera de San Silvestre, en Brasil, en 1986; y una innumerable lista de corredores ecuatorianos.

La afición de los ecuatorianos por las carreras de medio fondo es notoria. En todas las ciudades grandes del país se organizan carreras con buena frecuencia; en los parques y calles del Ecuador la gente trota, corre, se entrena para competencias. El atletismo en el país no solo tiene esta brillante historia: tiene también actividad cotidiana en los ciudadanos.



MARTA TENORIO, GRAN MEDIOFONDISTA DEL ATLETISMO ECUATORIANO. (FOTO CORTESÍA COMITÉ OLÍMPICO ECUATORIANO).

RUMBO A LA MARCHA

Este libro se centra en la historia y los logros de una disciplina atlética específica: la marcha. Los editores de la serie **Memorias del Deporte** han querido poner énfasis en una disciplina que le ha dado al Ecuador sus primeras, y hasta el momento, únicas medallas olímpicas, y un cúmulo de satisfacciones en el deporte. Esta introducción, en donde hemos reseñado brevemente al atletismo ecuatoriano de todas las épocas, sirve como prefacio para inmiscuirnos en el mundo de la marcha, sin olvidar las otras disciplinas atléticas que también han dado mucha gloria al Ecuador deportivo.





ECUADOR EN MARCHA


ECUADOR

Ecuador en marcha

Por Galo Alfredo Torres

Hay acciones humanas individuales que establecen fronteras. Cuando el 26 de julio de 1996, Jefferson Pérez Quezada cruzó la meta y ganó la medalla de oro en los 20 km marcha, en los Juegos Olímpicos de Atlanta, se produjo un antes y un después. Aún la sociología, la antropología y la historia del deporte ecuatoriano deberán establecer qué aspectos de la vida social, económica y política fueron influenciados por esa medalla; pero es evidente que un triunfo deportivo de esa naturaleza y alcance, no dejó de tener resonancias en todos los órdenes de la comunidad nacional. De lo que no cabe duda es de que, en el campo de lo estrictamente deportivo, las consecuencias fueron notorias y notables para el país. Pérez le otorgaba al Ecuador la primera medalla olímpica. A partir de ese acontecimiento y en lo adelante, cualquier análisis y reflexión, cualquier aproximación al deporte ecuatoriano iba a tener un nítido referente.



ARRIBA: 26 DE JULIO DE 1996, ECUADOR SE ENCUENTRA CON EL ORO OLÍMPICO.
IZQUIERDA: PÉREZ COMPITIENDO EN EL MUNDIAL DE ATLETISMO DE 2007 EN OSAKA, JAPÓN.
(FOTOS CORTESÍA DEL DIARIO EL TELÉGRAFO).

Por supuesto que ya antes de tan celebrada victoria hubo anuncios de que se acercaba la gloria, y tales anticipos fueron protagonizados por el mismo Pérez en la marcha, y aún antes, por el fondista Rolando Vera, ganador por 4 veces consecutivas de la prueba atlética de San Silvestre en Sao Paulo, de 1986 a 1989, y las maratones en Los Ángeles, en 1995. Después de la conquista de Atlanta, y quizás como consecuencia lógica, se sucedieron otros triunfos, nuevamente protagonizados por Pérez, a los que habría que sumar, por la relevancia que el fútbol tiene para el imaginario deportivo del Ecuador, las dos clasificaciones de la selección mayor a las Copas Mundiales de Corea, 2002 y Alemania, 2006.

Lo llamativo del acontecimiento es que estos triunfos, en un país pequeño como Ecuador, se consiguen en una disciplina que en el contexto de las demás pruebas atléticas pasaba y sigue pasando inadvertida. Es hecho conocido que la marcha ha sido, incluso, vista con extrañeza dada su particular técnica de ejecución, tanto aquí como en otras partes del mundo. De ahí que la medalla olímpica de Pérez trajera, como primera consecuencia, la visualización definitiva de la marcha atlética en la lista de los deportes practicados en el país. La marcha, para el atleta y el aficionado nacionales, de pronto pasó a convertirse en un deporte referencial con potencialidades reales de competitividad internacional, y una excelente posibilidad de realización deportiva y profesional para las nuevas generaciones.

Los contados ecuatorianos que estuvieron en Atlanta y los que desde nuestros hogares, en la alta madrugada del 26 de julio de 1996, entre atónitos e incrédulos, celebramos con Pérez y a Pérez tendríamos mucho que decir del antes y el después. Lo que sigue, sin ninguna pretensión de exhaustividad, aunque no por ello menos firme en su afán de rigor, aspira a ser un recorrido por la marcha atlética ecuatoriana y su complejo sistema. Teniendo como núcleo articulador la medalla del marchista cuencano, vamos a explorar lo que ha sido y va siendo la historia de una disciplina atlética que, a pesar de sus paradojas y rarezas, sigue viva, tiene cultores y seguidores, y aspira a seguir rodando por los circuitos locales, nacionales y mundiales.



DETALLE DE LA HISTÓRICA PRIMERA MEDALLA DE ORO OLÍMPICA LOGRADA POR ECUADOR. (FOTO DEL LIBRO EL CAMINANTE DE LOS PIES DE ORO*, DE MARIO VALDEZ ZEBALLO Y LA I. MUNICIPALIDAD DE GUAYAQUIL).*

LA PISTA Y SUS ANILLOS

Este paneo tratará de dar cuenta del sistema de ramificaciones que se articula en torno al marchista: entrenadores, médicos, dirigentes, auspiciadores y público; pero haciendo centro en los deportistas y entrenadores; es decir, en aquellos que en la pista y al borde de ella tratan de robarle «tiempo al tiempo». Vamos a visitar un Ecuador diferente, poblado de héroes mayores y menores; vamos a adentrarnos en el país de la caminata. En él viven los atletas que, como Jefferson Pérez, desde su palco dorado reinan y siguen echando luces sobre el proyecto de la marcha ecuatoriana. Allí también viven los atletas del segundo anillo, aquellos y aquellas marchistas que si no se ciñeron el oro olímpico ni mundial, sí le dieron al Ecuador su esfuerzo de plata y bronce, a nivel nacional y continental. Tal es el caso del fiel escudero y *sparring* de Pérez, Rolando Saquipay. Hablaremos de la reina indiscutida de la marcha nacional, Miriam Ramón. También visitaremos a los prospectos, a los novísimos, quienes esperan y aspiran a escribir su propia historia y seguir, o incluso superar, lo hecho por Jefferson Pérez, Miriam Ramón, Oscar Villavicencio, Xavier Moreno, Luisa Nivicela o Bertha Vera, las otras dos mujeres clave en el medallero. Por supuesto, no quedarán fuera de cuadro los maestros o gurús de la marcha, que como Luis Chocho y Enrique Peña, cultivaron y siguen inculcando en las nuevas generaciones el fuego sagrado de la marcha atlética, los secretos profundos y casi místicos de sacarle «cuerpo al cuerpo».



ROLANDO SAQUIPAY EN PUMAPUNGO, CUENCA. (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

UNA CURIOSIDAD ATLÉTICA

La marcha atlética y su significado para nuestro país están atravesados por lo que llamaríamos «la curiosidad», en el sentido de que en torno a ella se han dado una serie de circunstancias que rayan con la rareza y lo increíble; y quizás de la conjunción de esos tres aspectos deriva su fascinación y su grandeza. Ya hemos dicho: la marcha no tiene el prestigio ni los titulares de otros deportes; no tiene la dimensión «espectacular» de otras disciplinas que atraen a más espectadores y prensa. Es por eso que sobre ella incluso pesan amenazas de expulsión del paraíso competitivo. Así, el COI y la Federación Internacional de Atletismo Amateur, de tiempo en tiempo, discuten la exclusión de la carrera de 10 000 metros y marcha de 10 km. Y aunque actualmente sus cultores y seguidores crecen en todo el mundo, no llega a ser un deporte de práctica masiva ni que atrae a grandes multitudes.

La marcha tampoco suele provocar «amores a primera vista». En este sentido, ella también forma parte de la cadena de desencuentros derivados del «primer encuentro». Sólo para compararla con un ejemplo, citemos los gritos y escapadas de la sala durante la proyección de *La llegada del tren*, la primera proyección cinematográfica en el París de 1895; los atónitos espectadores, en plena edad de la inocencia, creyeron que el tren se les venía encima. Pero si en este caso, las reacciones del espectador inocente fueron de pánico y huida, a la marcha atlética le ha ocurrido algo peor y nada espectacular.

Así, por ejemplo, cuando los pioneros de la marcha ecuatoriana dieron sus primeros pasos, concretamente en Cuenca, allá por los años 70, la reacción del espectador no preparado rayó en la agresividad. El maestro Luis Chocho refiere que más allá de la burla o la mofa, de las pifias y obscenidades que la imagen del marchista en acción provocaba en el poblador ingenuo, las reacciones llegaban a la ofensa y la denigración, al insulto y la humillación. Y es que para ese público no habituado, la visión del marchista parecía bizarra, por los movimientos técnicos propios de esa disciplina, donde la cadera debe ejercitarse de forma profusa. Resulta así que los primeros marchistas, aparte de sus preocupaciones atléticas, del refinamiento técnico y progresión física, tenían que enfrentar otras de matiz totalmente extradeportivo, que tenían que ver más con el ambiente cultural y la visión del mundo de una ciudad –y un país– a los que la marcha les parecía venida de otro mundo. Esa caminata, cuya técnica exigía plasticidad y armonía, a partir de la coordinación rítmica de las piernas, caderas y brazos, para lograr una fluidez flotante y delicada, era simplemente cosa de pasmo y censura.



MIRIAM RAMÓN EN COMPETENCIA EN CUENCA, EN 1990. (FOTO CORTESÍA DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DEL AZUAY).

EN UN PEQUEÑO PAÍS

Si así de curiosa comenzó la historia, no es de extrañar entonces que, en el paulatino enraizamiento de la marcha, en el país ocurriera otra sorpresa: este pequeño país ganó su primer y único oro olímpico precisamente en esta disciplina. Pero la cadena de extrañezas sigue, pues quien ganó esa medalla fue

un jovencito de apenas 22 años, de origen absolutamente humilde. Como era de esperar y para ir a tono con las sorpresas, nacido no en la capital del país, sino en la tercera ciudad en importancia, Cuenca, capital de la sureña provincia del Azuay. Como vemos, la marcha es signo de periferia. Coherente con ese destino, desde sus inicios, fue provinciana, popular y hasta campesina. En Ecuador y en Cuenca, esta disciplina apareció como el reducto exclusivo de lo popular y marginal, pues la mayoría absoluta de sus atletas,–campeones o no–, viene de los estratos bajos de la población, ya que las clases populares y el campesinado hallaron en ella, como ocurre en cualquier parte del mundo, un espacio no sólo de profesionalización sino de prestigio y trascendencia histórica.

EN UNA PEQUEÑA CIUDAD

La andina ciudad de Cuenca es Patrimonio Cultural de la Humanidad desde 1999 y, como dicho título sugiere, ha construido su imagen más sobre los méritos culturales y artísticos que sobre los deportivos. Cuenca es la tierra natal de César Dávila Andrade, uno de los poetas más importantes que han dado las letras del Ecuador. Además, es sede de dos citas literarias de alcance nacional e internacional, que este año llegan a su 11ª edición: el Encuentro sobre Literatura Ecuatoriana y el certamen de poesía Festival de la Lira, además de llevar adelante la Bienal de Artes, evento plástico con mayor influencia en el país. Y es en esta ciudad, sin tradición de masas atléticas ni estructuras

deportivas, desde siempre exaltada con los vaivenes de un modesto aunque bravo equipo local de fútbol; donde la marcha atlética, misteriosa y curiosamente, ha decidido sentar sus carpas, al punto de haberse convertido en uno más de sus valores patrimoniales.

¿Porqué Cuenca y el oro olímpico? Se ha especulado con varias hipótesis: una, la tradición incaica del correo y sus chasquis, de los carteros-atletas que recorrían grandes distancias para llevar noticias y encargos a lo largo del incario sería la base antropológica y cultural que explica la vocación atlética de la región. Otras hipótesis apuntan a la geografía, a la variada altura de la ciudad y sus alrededores, que serían propicias para los deportes de fondo. Incluso otras lo explican desde el lado médico y citan el somatotipo del habitante local y su capacidad anatómica, de oxigenación, resistencia y otras condiciones biométricas aptas para la marcha. Por supuesto, todas las teorías citadas se complementan y se cierran en la idea de «el hombre y sus circunstancias». Los hombres en este caso serían Luis Chocho y Jefferson Pérez, maestro y alumno, quienes se inventaron la marcha y la pusieron en escena en estas tierras.



LUIS CHOCHO PREMIA A UN ATLETA EN LOS CAMPEONATOS SUDAMERICANOS DE MARCHA EN LIMA, PERÚ. (FOTO CORTESÍA DE LUIS CHOCHO).

Es famosa la historia de que Efraín Jara Idrovo (1926), el poeta vivo más reconocido de la ciudad, tiene su máquina de hacer ejercicios en el centro de su biblioteca. Son también célebres las imágenes del canillita Jefferson Pérez

recorriendo varios kilómetros por día para vender periódicos y ayudar a la economía familiar; y la de Luis Chocho, investigando y apoderándose de los arcanos de la marcha en libros, revistas y videos. Quizás estos hechos, si no responden a la pregunta planteada sobre Cuenca y el oro olímpico, sí funcionan como la metáfora de una comunidad, que entre espiritual y carnal, entre libresca y deportiva, vive el arte y el atletismo; combinación que de alguna manera entronca con la tradición del intelectual-atleta, de un Goethe por ejemplo, tan partidario de hacer largos viajes, a caballo o a pie, practicante además de esgrima, natación y patinaje. De esas tres anécdotas surge una imagen: la de una ciudad ganadora del oro olímpico, resultado de una tradición estética que se funde, en la segunda mitad del siglo XX, con la tradición atlética.

UNA HISTORIA DE BOLSILLO

Como ocurre con todo proceso humano, sea físico o espiritual, y como ha sido la norma en cualquier deporte, la marcha atlética ha debido recorrer un lento proceso evolutivo, a lo largo de décadas, hasta alcanzar la forma que hoy exhibe y en que se ejecuta, desde que en 1908 fuera incluida en la lista oficial de los Juegos Olímpicos, revividos en 1896, por el pedagogo francés Piérre de Coubertin, con el objetivo de recuperar el antiguo ritual deportivo de los griegos. Las normas y ajustes técnicos se fueron imponiendo poco a poco, hasta adquirir el aspecto actual.



MONUMENTO ALZADO EN HONOR A JEFFERSON PÉREZ EN EL PARQUE DE LA MADRE, EN CUENCA. (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

En los Juegos Olímpicos a la marcha se la consigna como «marcha deportiva». En inglés se le denomina «Racewalking» y en francés simplemente «marche». Dos reglas de oro se deben observar en este deporte, dos inviolables prohibiciones a la hora de su ejecución: no perder contacto con el piso ni doblar las rodillas. Claro que hay más normas que en conjunto singularizan a esta disciplina deportiva y le otorgan esa apariencia elegante y plástica.

AMATEURISMO Y PROFESIONALIZACIÓN

El intento de revivir el espíritu olímpico no se adaptó muy bien a la realidad del atletismo moderno, en el sentido de que los tiempos habían cambiado: muy atrás quedó la época del ritual clásico; la modernidad resultó ser la época del récord, lo cual significa que las visiones del deporte, basadas en ideales sanitarios, pedagógicos y de esparcimiento, dieron paulatinamente paso a unas prácticas más sesgadas hacia lo competitivo y la remuneración. Este viraje lo ilustra claramente la historia de la IAAF, nacida en 1912, como Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo Amateur; pero, ya en 1981, dicho organismo rector del Atletismo mundial inicia una serie de reformas tendientes a promover estímulos económicos a los atletas, proceso que culminó en 2001, con el retiro definitivo de la palabra *amateur* de sus siglas. De allí que la marcha atlética, como parte de un sistema deportivo mundial, se desarrolló y sigue haciéndolo, ya no precisamente bajo las divisas de lo lúdico

y la recreación, sino de lo espectacular y elitista de la alta competición. Sin embargo, el amateurismo sigue teniendo muchos defensores, que postulan su plena vigencia y lo proclaman como un derecho de todo ser humano.

ECUADOR EN MARCHA

Ni en la primera Olimpiada Nacional en Riobamba, 1926, ni en la segunda Olimpiada Nacional en Quito, 1939, apareció la marcha en el cuadro de competiciones oficiales. Mas, en la tercera edición de los Juegos Deportivos Nacionales de Quito, realizados entre el 16 y el 30 de noviembre de 1974, la especialidad de 20 km marcha ya apareció en el programa de competencias, y su ganador fue el pichinchano Bautista González.



ÁNGEL FAICÁN, DE GUAYAQUIL, LEVANTA LOS TROFEOS LOGRADOS EN LA "CAMINATA MARLBORO – DIARIO EL UNIVERSO" DE 1973. (FOTO DEL LIBRO "EL CAMINANTE DE LOS PIES DE ORO", DE MARIO VALDEZ ZEBALLO Y LA I. MUNICIPALIDAD DE GUAYAQUIL).

Otras fuentes dan cuenta de dos competencias de marcha atlética realizadas en Guayaquil. Según Mario Valdez Zeballos, entre 1973 y 1974, se realizaron las Caminatas Marlboro - El Universo, con recorridos de 10 y 11 km, cuyos ganadores fueron Ángel Faicán y Jorge Lascano, respectivamente. En los IV Juegos Deportivos Nacionales de Guayaquil, 1976, Ángel Faicán ganó su primera medalla de oro en una competencia oficial de 20 km marcha. Y el mismo Ángel Faicán apareció como el ganador de la primera competencia de marcha realizada en la ciudad de Cuenca, durante los quintos Juegos Deportivos de 1979. Durante la sexta edición de los Juegos Deportivos Nacionales, en Manabí, 1985, la prueba de marcha se cambió a 10 km y dos atletas de

Pastaza, Edgar Toral y Carlos Micuchiga, se adjudicaron el oro y la plata.

¿Cuándo aterrizó la marcha en Cuenca? Según el cronista Fausto Mendoza Cajas, en 1973 Cuenca organizó el Campeonato Nacional de Adultos y Rubén Marca, Luis Muñoz y Ramón Auquilla compitieron en esa disciplina. En 1974, durante los III Juegos Nacionales realizados en Quito, los azuayos Muñoz y Marca mejoraron los tiempos de la marcha. Azuay tuvo que esperar hasta 1992, fecha de los VII Juegos Deportivos Nacionales de Ambato, para ver a sus atletas en el pódium: Luisa Nivicela y Miriam Ramón, oro y plata en 10 km Marcha; y Jefferson Pérez, oro en 20 km Marcha. El dato curioso es que ésta fue la primera y única participación del futuro campeón olímpico en Juegos Nacionales.

LUIS CHOCHO ENTRA EN ESCENA

Curiosamente, para seguir a tono con la singularidad que venimos observando en la marcha, fue en 1979, durante los quintos Juegos Nacionales realizados en Cuenca, cuando encontramos la primera noticia del joven atleta Luis Chocho, quien no obstante ser azuayo, compitió en aquella cita en representación de la provincia oriental de Morona. En 1984, Chocho participó en la primera Copa Panamericana de Marcha, en Bucaramanga. Ese mismo año ocurrió un evento que fue decisivo en la vida del futuro modelador de campeones, y no únicamente para él, sino para la marcha ecuatoriana en general:



JEFFERSON PÉREZ MARCHA EN EL ESTADIO ALEJANDRO SERRANO AGUILAR DE CUENCA EN 1988, EN EL INICIO DE LO QUE SERÍA UNA EXTRAORDINARIA CARRERA DEPORTIVA. (FOTO CORTESÍA DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DEL AZUAY).

la llegada de Hans Otto Geffers, técnico alemán que pisó el país precisamente en ese año, con el fin de asesorar al atletismo ecuatoriano. Evidentemente, trajo conocimientos, experiencias y libros –que, como dice Chocho, fueron una bocanada de ciencia y técnica–. Pero, además, Geffers posibilitó la llegada de otro técnico, el colombiano Enrique Peña, talentoso y dotado instructor internacional de marcha, quien vino con la misión de capacitar a entrenadores y jueces. Luis Chocho estuvo allí y fue el alumno que más provecho sacó de esa oportunidad. La llegada de Enrique Peña y su importancia en la historia de la marcha ecuatoriana cobró pleno sentido en Atlanta 96, pues el colombiano fue el entrenador que guió a Jefferson Pérez a la medalla de oro.



MONUMENTO EN HONOR DE LUIS CHOCHO EN EL PARQUE DE LA MADRE EN CUENCA. LA PLACA, FIRMADA POR EL ALCALDE DE LA CIUDAD, DICE: «A LUIS CHOCHO SANMARTÍN: PORQUE A LO LARGO DE LOS AÑOS LA MARCHA HA LLEGADO A SER UNA PARTE MUY IMPORTANTE DE NUESTRAS VIDAS, CONVIRTIÉNDOSE EN UN MOTIVO DE SUPERACIÓN, ORGULLO Y AMISTAD. GRACIAS MAESTRO, POR HACER DE CUENCA, CAPITAL MUNDIAL DE LA MARCHA». (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

Como hemos dicho antes, se aventuran varias teorías para explicar el potencial marchístico del Azuay. A muy pocos se les ha ocurrido pensar que posiblemente fue un hombre, un solo hombre, quien bajo determinadas condiciones personales y contextuales, provocó el cambio de rumbo y fundó una tradición. Si fue una mezcla de voluntad y azar la que posibilitó, por ejemplo, el descubrimiento de la penicilina, la bombilla eléctrica o el teléfono, es probable que Luis Chocho fuera justamente el «inventor» de la marcha ecuatoriana, en el sentido de resembrar, adaptar e inaugurar algo nuevo, aunque no fuera novedad en otros lugares. Como dice su hermano Juan, fue Luis Chocho el que «puso en marcha a la marcha» por estos lares. El joven atleta vio y escuchó noticias sobre la marcha y admiró a famosos marchistas

internacionales; luego, leyó, investigó y supo que debía acoger y sembrar esa disciplina en la tierra andina. Es verdad, como ha contado en varias ocasiones, que al principio todo fue muy empírico; luego, poco a poco se superó a sí mismo, dedicándose a la autoformación. Su curiosidad y tenacidad, su disciplina y su apego a los libros cambiaron su vida, fundaron un deporte y forjaron una medalla olímpica.

El año de 1988 hay que destacarlo: fue el año en que Luis Chocho, instintivo y visionario, conoció a un muchachito llamado Jefferson Pérez. Chocho ya fungía como entrenador y entre sus discípulos estaban nada menos que Miriam Ramón, Luisa Nivicela, Luis Vivar, Luis Rodríguez y Pérez, que tenía 14 años. Es decir, el niño aspirante a atleta llegó a la mejor escuela, a un grupo consolidado y ya premiado, que iba en alza. Como dice Mario Valdez Zeballos: «Cuando Chocho miró detenidamente a Jefferson Pérez, supo que tenía en sus manos un diamante que pulir». El dúo inicia una carrera triunfal que incluye varias medallas de oro en mundiales, hasta 1995, año en que Pérez, ya convertido en un atleta de élite, incrementa sus demandas respecto a su preparación y Chocho pasa la posta a Enrique Peña, para dedicarse a su escuela y los demás atletas que estaban bajo su tutela.



OTRA VEZ CAMPEÓN DEL MUNDO. PÉREZ EN EL PODIO DEL CAMPEONATO MUNDIAL DE HELSINKI, EN FINLANDIA, EN 2005.(FOTO CORTESÍA DEL DIARIO EL TELÉGRAFO).

1326: EL NÚMERO GANADOR DE LA MARCHA

Según afirma el cronista Fausto Mendoza Cajas, Jefferson Pérez inició su legendaria carrera atlética ganando su primera medalla de oro en 1988, en el Campeonato Nacional Prejuvenil de Quito. Se afianzó en septiembre de 1988, al ganar los 5 km marcha en el Prejuvenil del Tosame, Cuenca. En ese año viajó a Nueva York y Londres con el auspicio del programa AID Sport. En 1990 obtuvo la medalla de bronce en el Campeonato Mundial Juvenil de Marcha en Plovdiv, Bulgaria; pero, en el Mundial de Seúl 92, fue donde alcanzó la medalla de oro en 10 km marcha, su primer título mundial. Como era de suponer, esa conquista no se dimensionó ni celebró a la altura que merecía en el país, porque la marcha aún no gozaba de los favores del público y la prensa. El resto de la historia ya es conocida por todos. En Atlanta 96 se ciñó la corona más reluciente que ha alcanzado el deporte nacional. Pero sus triunfos no pararon allí, porque también logró varias coronas mundiales, triunfos que lo convirtieron a la larga, en el atleta nacional más galardonado y celebrado, en el Rey de la marcha a nivel mundial.

Hoy, convertido en un exitoso empresario, Pérez es la imagen del triunfador que ha sabido administrar su fama y su imagen. Digamos que, en ese sentido, es lo que Pelé en el fútbol: el deportista que pasó a empresario e hizo de sus marcas deportivas una marca comercial y que entendió a tiempo que la pista atlética y el aula de clases no estaban reñidas. Poseedor de dos títulos univer-

sitarios y trabajador infatigable, el multicampeón goza del aprecio y gratitud de todo un país. Carismático y poseedor de una retórica que ha ido refinando sobre la base de una formación académica y personal, Pérez se alza como un modelo para la juventud local y nacional, que ve en su figura el ideal del muchacho que vino de abajo y conquistó el mundo.

Se le han dedicado textos, reportajes y libros. La televisión, la prensa y las editoriales han sido generosas y agradecidas. Quizás el más amplio y meticuloso que hemos podido revisar, sea el que le ha dedicado no su ciudad, sino Guayaquil: en «Jefferson Pérez, el caminante de los pies de oro», donde el periodista deportivo Mario Valdez Zeballos hace una detallada y afectuosa crónica sobre la vida y milagros del medallista. Y también sabemos del concurso pictórico convocado, en el año 2009, por una institución bancaria nacional, donde *La meta* fue el cuadro ganador, del artista cuencano Patricio Palomeque, trabajado en pan de oro. Pero aún falta un documental o una ficción que ponga en imágenes la historia de una medalla que bien vale una película, cuyos protagonistas principales serían Jefferson Pérez, Enrique Peña y Marco Chango; el atleta, el entrenador y el médico; y que se llamaría *1326*, número de la camisa que el campeón usó en Atlanta. Por supuesto, no habría que dejar fuera de cámara a dirigentes deportivos y auspiciantes privados, porque una medalla olímpica es un trabajo colectivo, el concurso de varias fuerzas conjuradas contra el cronómetro.



EL DOCTOR MARCO CHANGO EN SU CONSULTORIO EN CUENCA. (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

El Dr. Marco Chango, jefe del equipo médico de Pérez en Atlanta, generosamente nos ha revelado un filón desconocido en torno a esa medalla y a la personalidad del atleta: «Jefferson Pérez era además un artista marcial, pues más allá de su trabajo en la pista, fue un hombre que buscó completar, en las artes marciales, su capacidad de rendimiento y concentración; además fue un hombre de libros, un asiduo lector que se autoformó frecuentando lecturas, buscando información, con el fin de ampliar su horizonte intelectual». Sus lecturas fueron bastante pragmáticas y centradas en la necesidad de profundizar lo estrictamente deportivo. Así, para diseñar y planear sus estrategias en la pista, buscó inspiración en los clásicos de la estrategia bélica. Libros como *Estrategias de la guerra*, de Robert Greene, entre otros, que Pérez y Chango leyeron juntos, nos dan cuenta de un atleta-lector ilustrando al atleta-estratega, bajo la divisa de que en la pista no sólo trabaja el cuerpo, también lo hace la inteligencia,–la astucia del guerrero–, para quebrantar al oponente, muchas veces más fuerte. Los poetas suelen decir que para alcanzar la verdadera poesía hay que hacer «chillar a las palabras». De los atletas como Pérez se podría decir que igualmente hicieron «chillar al cuerpo» y a la emoción y la inteligencia.

MUJERES EN MARCHA

«Mi despedida final será en China; me siento feliz porque cumplí como deportista, madre y esposa». Con estas palabras, Miriam Ramón, nacida en 1973,



MIRIAM RAMÓN EN EL ESTADIO ALEJANDRO SERRANO AGUILAR DE CUENCA MIENTRAS IMPARTE UNA CHARLA TÉCNICA A MAURICIO ARTEAGA. (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

cerraba uno de los expedientes deportivos más importantes que ha registrado una mujer atleta en el Ecuador. Ella es la medallista que conquistó y aportó más triunfos al país en la marcha, después de Jefferson Pérez. Comenzó su carrera cuando aún estaba en el primer curso del bachillerato, bajo la tutela de Luis Chocho. Sus primeros logros deportivos datan de los intercolegiales de su ciudad, hasta que paulatinamente impuso su nombre a nivel nacional. Su primera aparición en el podio internacional ocurrió, según el cronista Ernesto Cañizares Aguilar, en 1988, cuando en el Campeonato Sudamericano

Juvenil de Cubatao, Brasil, ganó la medalla de oro en 5 km marcha, mientras que su compañera de ruta, Luisa Nivicela, se adjudicó la medalla de plata. De ahí en adelante no pararon sus galardones, que incluyen un cuarto lugar en el Campeonato Mundial Juvenil de Marcha en Bulgaria, seis campeonatos sudamericanos consecutivos (Sénior) y una marca en 10 km, de 45 minutos y 7 segundos, en Suecia.

En una hipotética película sobre la marcha ecuatoriana, quizá uno de los personajes más entrañables y queridos sería esta atleta. Su afabilidad y delicadeza en el trato la hacen casi etérea. Cuando se le escucha hablar y se la ve trabajar con sus alumnos, uno se pregunta cómo es que tan sutil personalidad pudo ser capaz de resistir la exagerada presión que significa ser una atleta de su nivel. Y sí, lo hizo. Su biografía y su proceso deportivo son la metáfora perfecta de la mujer y sus poderes, no solo físicos sino espirituales. Ella también le sacó chillidos al cuerpo, la mente y el corazón, y prueba de ello son los triunfos que ha coleccionado.

Y es que la carrera deportiva de Miriam Ramón ha estado forzosamente determinada por su condición femenina. Vale recordar que Miriam se inició en la marcha antes que Jefferson y se retiró de las pistas en 1999, cuando estaba en la plenitud de su carrera. Regresó a las competencias en octubre del 2003 y volvió a obtener algunos lauros importantes, hasta que se retiró



MAURICIO ARTEAGA, ENTRENA A LAS ÓRDENES DE MIRIAM RAMÓN. (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

definitivamente en el año 2008. Pero si bien dejó de competir, de inmediato se puso al mando de su propia academia de marcha. Hoy la encontramos dirigiendo a sus alumnos con una dedicación y entusiasmo que rayan en lo maternal; en sus palabras: «yo no tengo dos hijas, sino treinta», alución a los veintiocho jóvenes atletas que entrenan bajo su mando, afortunados con una ventaja fundamental: ella puede transmitir de primera mano su experiencia vital, tanto dentro de las pistas como en el difícil sistema del atletismo competitivo.

MARCHA Y MEDICINA

Si los atletas y entrenadores vigilan aspectos como el rendimiento físico y el entrenamiento planificado, el sistema de la marcha demanda de miembros que controlan otros segmentos. Hemos dicho, casi como una metáfora, que la marcha es una lucha del cuerpo contra el tiempo. En términos médicos se podría decir que es una «lucha contra el lactato», o una «lucha contra la urea», las dos sustancias que el cuerpo acumula tras el ejercicio y que atentan contra el rendimiento. Con esto queremos destacar la figura de los médicos, básicamente deportólogos, nutricionistas y psicólogos, como parte esencial del equipo que guía y cuida al atleta. El Dr. Marco Chango, cuencano, quinto dan en taekwondo, médico en el triunfo de Atlanta 96, nos sirve como referente y medio de homenaje a todo el cuerpo médico que ha aportado al deporte en general y a la marcha en particular, a través de la vigilancia de la anatomía, la fisiología,

la biometría y la bioestadística. Su guía y sus procedimientos contribuyen con prevención y precisión a fin de que el cuerpo atlético pueda arrebatarle unos segundos o décimas de segundo al implacable cronómetro.

EL PARQUE DE LA MADRE

La riqueza de la relación entrenador-atleta redunda en la riqueza de resultados. Maestro y alumno ganan y pierden juntos. En la marcha, como en la música o el teatro, la noción de «maestro» tiene un enorme valor simbólico. Como en ciertas tradiciones del arte oriental, el gurú es el componente básico en el proceso educativo de los futuros bailarines y actores, el aprendiz o *sisya* se confía ciegamente a la guía del maestro, a la vez que éste con dedicación, método y disciplina va moldeándolo. Apuntamos esto porque nos parece que algo similar ocurre en la marcha. Las palabras de Miriam Ramón, a propósito de sus alumnos, son reveladoras.



JUAN CHOCHO, ENTRENADOR, EN LA ESCUELA DE MARCHA DE CUENCA. (FOTO DE MIGUEL ALVEAR).

Es por eso que otro de los capítulos a destacar en la marcha cuencana es su sistema escolar. Entrenadores, como Luis Chocho y Juan Chocho, y atletas en retiro como Miriam Ramón, han fundado sus escuelas. Evidentemente, la noción de escuela no solamente atañe a espacios físicos de entrenamiento sino a metodologías y programaciones diferentes. Estas escuelas reclutan y guían a los atletas, desde edades muy tempranas para que poco a poco comiencen a atravesar cada uno de los círculos de competencia. Los alumnos se inician en



ROLANDO SAQUIPAY SE APRESTA A GANAR LA MEDALLA DE ORO BOLIVARIANA EN LOS JUEGOS DE ARMENIA, COLOMBIA, EL 19 DE AGOSTO DE 2005. SAQUIPAY LOGRARÍA EL TRIUNFO, JEFFERSON PÉREZ LLEGÓ EN SEGUNDO LUGAR. LUIS CHOCHO APARECE EN LA IMAGEN, PROVEYENDO A SAQUIPAY DE REFRESCO. (FOTO CORTESÍA DE DIARIO EL TELÉGRAFO).

los Juegos Intercolegiales, luego se lanzan a las pruebas nacionales. En función de sus avances y rendimiento, pueden llegar a los torneos bolivarianos, sud-americanos, panamericanos e iberoamericanos. Y por supuesto, todos sueñan, maestros y alumnos, con la gloria mundial y olímpica.

Pero la marcha ocurre en lugares de entrenamiento. Y si hay un escenario em-blemático en la historia de la marcha, ése es el Parque de la Madre. Allí varias generaciones de marchistas, incluso los más galardonados, aprendieron los secretos que sus maestros les fueron inculcando. Actualmente hay otros lugares y cada escuela le ha ido ganando espacios a la ciudad para sus prácticas. Pero todos vuelven el Parque de la Madre, como se regresa al hogar primigenio, a la fuente de la magia primera.

LOS HÉROES OCULTOS

La marcha es una lucha cuerpo a cuerpo contra el cronómetro. Y en esa lucha se empecinan muchos hombres y mujeres. Por supuesto, no todos llegarán, pues en el podio hay únicamente tres lugares. De tal forma que la historia del deporte puede ser brutalmente excluyente, acaso en coherencia con la lógica de que muchos compiten por tres puestos en el podio.

Si bien hemos enfocado este recorrido sobre las figuras mayores de la marcha, no hemos olvidado que en torno a ellos hay una legión de atletas, monitores, dirigentes, patrocinadores, que también forman parte del sistema,

cuya historia individual y el análisis de sus roles aún están por levantarse y escribirse. Este breve recorrido queremos cerrarlo con un «retrato final de familia», grupal y quizás desordenado, pero no por ello menos emotivo, de los héroes ocultos que también le han dado lo suyo a la marcha. Hemos debido jerarquizar, pero tal ejercicio no nos ha hecho olvidar a los otros; o mejor dicho: no hemos olvidado y no debemos olvidar que junto a don Quijote iba Sancho. Así, al lado de Luis Chocho ha estado su hermano, el vital Juan Chocho; junto a Jefferson Pérez ha estado la figura sublime de Rolando Saquipay; y junto a Miriam Ramón marcharon las inolvidables Luisa Nivicela y Bertha Vera.

En esta foto de familia hay que incluir a las armas jóvenes de la marcha, como Andrés Chocho, Joel Villavicencio, Mauricio Arteaga, José Sarango, otros y otras, que todos los días, por los parques y calles de la ciudad de Cuenca y de muchas ciudades y pueblos del Ecuador, marchan a la caza de la presea dorada.



EL MARCHISTA JOEL VILLAVICENCIO MUESTRA LA MEDALLA DE PLATA CONSEGUIDA EN LA PRUEBA DE 10 KM MARCHA EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE LA JUVENTUD CELEBRADOS EN SINGAPUR, EN 2010. (FOTO CORTESÍA DEL COMITÉ OLÍMPICO ECUATORIANO).

Bibliografía

Cañizares Aguilar, Ernesto. *La época del boom*. Cuenca: Universidad de Cuenca, 2000.

Chango, Marco. Entrevista concedida a Galo Alfredo Torres. Cuenca: 2 marzo 2011.

Le Floc'moan, Jean. *La génesis de los deportes*. España: Editorial Labor, 1965.

Mendoza Cajas, Fausto. «La marcha: su evolución en el Azuay». El deporte azuayo, 1988-1992. Cuenca: Federación Deportiva del Azuay, 1992.

«Miriam Ramón se despide en Beijing 2008». Hoy (8 mayo 2008) Internet www.hoy.com.ec/noticias. Acceso: 27 febrero 2011.

Pedraz, Miguel Vocente. *Arqueología de la educación física y otros ensayos* Colombia: Editorial Kinesis, 2006.

Platonov, V. N. *Teoría general del entrenamiento olímpico*. España: Editorial Paidotribo, 2001.

Valdez Zeballos, Mario. *Jefferson Pérez, El caminante de los pies de oro*. Guayaquil: Ilustre Municipalidad de Guayaquil, 2006.





LA FIGURA



Jefferson Leonardo Pérez Quezada

No sólo que Jefferson Pérez es el primer y único medallista olímpico del Ecuador –oro en Atenas 2006 y plata en Beijing 2008– sino que también Pérez es multicampeón de campeonatos mundiales de atletismo y, luego de su retiro, un joven empresario. Puso a la marcha atlética en la cúspide de las disciplinas atléticas en el Ecuador.

Fecha de Nacimiento: 1 de julio de 1974
Lugar de Nacimiento: Cuenca-Ecuador
Estatura: 169 cm
Especialidad: marcha atlética

Palmarés:

- Campeón Sudamericano Pre-juvenil 10 000 m pista (Montevideo, Uruguay, 1989)
- Primer lugar Mundial Juvenil 10 000 m pista (Seúl, Corea del Sur, 1992)
- Medalla de oro Juegos Bolivarianos 20 km ruta (Cochabamba, Bolivia, 1993)
- Medalla de oro XII Juegos Panamericanos 20 000 m pista (Mar del Plata, Argentina, 1995)
- Medalla de oro XXVI Juegos Olímpicos 20 km (Atlanta, EEUU, 1996)
- Medalla de plata XIII Juegos Panamericanos 20 km ruta (Winnipeg, Canadá, 1999)
- Medalla de pro Juegos Bolivarianos 20 km ruta (Ambato, Ecuador 2001)
- Medalla de oro Juegos Panamericanos 20 km (República Dominicana, 2003)
- Primer lugar Campeonato Mundial de Atletismo 20 km (Paris, Francia, 2003)
- Primer lugar Copa del Mundo de Marcha 20 km (Namburg, Alemania, 2004)
- Primer lugar Campeonato Mundial de Atletismo 20 km (Helsinki, Finlandia, 2005)
- Primer lugar Campeonato Sudamericano 20 km (Cochabamba, Bolivia, 2006)
- Medalla de oro XV Juegos Panamericanos 20 km (Rio de Janeiro, Brasil, 2007)
- Primer lugar Campeonato Mundial de Atletismo 20 km (Osaka, Japón, 2007)
- Medalla de plata Juegos Olímpicos 20 km (Beijing, China, 2008)




ECUADOR
TDK
108
SAKA 2007
IAAF世界陸上2007大阪
SEIKO






XV



CRONOLOGÍA ILUSTRADA



Línea de Tiempo

1908

El Comité Olímpico Internacional incluyó la marcha atlética como disciplina olímpica para los Juegos de Londres.

1973

Se celebró la carrera “Caminata Marlboro – El Universo”, con un recorrido de 11 km por las calles de Guayaquil siendo el vencedor Ángel Faicán.

1974

En los terceros Juegos Deportivos Nacionales celebrados en Quito, luego de 39 años de espera, se incluyó por primera vez la marcha atlética como disciplina de competición. Allí, en la única prueba de la disciplina, –los 20 km para varones–, se impuso el pichinchano Bautista González. La plata fue para el también pichinchano Marco Guerrero y el bronce para el carchense José Noguero.

Se celebró la segunda Caminata Marlboro – El Universo en



CUENCA, 1979.

Guayaquil venciendo en esta Jorge Lascano.

1976

En los cuartos Juegos Deportivos Nacionales realizados en Guayaquil, el guayasense Ángel Faicán se llevó la medalla de oro en los 20 km. La plata fue para Jorge Lascano, de Cotopaxi y el bronce para Rubén Gallegos de Chimborazo.



1979

En los quintos Juegos Deportivos Nacionales, realizados en Cuenca Ángel Faicán se proclamó tricampeón nacional de marcha en los 20 km. Julio Llanga de Chimborazo ganó la plata y Jorge Lascano el bronce.

MIRIAM RAMÓN Y JEFFERSON PÉREZ, 1988

1985

En los sextos Juegos Deportivos Nacionales realizados en Portoviejo, se incluyó la prueba de los10 km. El triunfador fue Edgar Toral de Pastaza. La plata se la llevó Carlos Micuchiga, de Pastaza y el bronce Néstor Taxilama de Pichincha.

1988

Se celebró el Campeonato Sudamericano Juvenil de Atletismo en Cubatao, Brasil, donde la marchista ecuatoriana Miriam Ramón ganó la medalla de oro en la competencia de 5 km. En segundo lugar llegó su compañera de ruta, Luisa Nivicela.

En el Campeonato Sudamericano Pre-Juvenil de Atletismo, Jefferson Pérez Quezada, un ex-voceador de periódicos, ganó el título en los 5 km.

1989

En el Campeonato Juvenil de Atletismo en Montevideo, Uruguay, Jefferson Pérez obtuvo la presea dorada en la competencia de los 10 km.

Miriam Ramón se coronó campeona sudamericana de los 10 km al vencer en el Campeonato de Medellín, Colombia.

1990

Jefferson Pérez obtuvo la medalla de bronce en la competencia de marcha de 10 km, en el Campeonato Mundial Juvenil de Atletismo en Bulgaria. Su paisana Miriam Ramón compitió en los 10 km, logrando el cuarto lugar.

Jefferson Pérez participó en los Campeonatos Juveniles de Bogotá, Colombia, Guayaquil y Tosame, en Perú, ganándolos todos.



1991

Todavía en las categorías juveniles, Jefferson Pérez se impuso en todas las pruebas que participó: Sudamericano en Asunción, Paraguay; Panamericano en Kingston, Jamaica; Copa Sudamericana en Bogotá, Colombia.

1992

En los séptimos Juegos Deportivos Nacionales celebrados en Ambato, se incluyó por primera vez una prueba femenina. En los 10 km, Luis Nivicela de Azuay ganó el oro. El segundo lugar fue para Miriam Ramón, también de Azuay, y el tercer puesto para Sonia Núñez, del equipo local de Tungurahua.



En los Juegos Olímpicos de Barcelona, Miriam Ramón compitió en los 10 km, quedando en el trigésimo sexto lugar.

1993

En los Campeonatos Sudamericanos de Atletismo, celebrados en Lima, Perú; Miriam Ramón ganó la medalla de oro en los 10 km. Jefferson Pérez en los 20 km, también ganó el oro.

1995

Miriam Ramón logró nuevamente el título sudamericano de los 10 km en Manaos, Brasil.

Jefferson Pérez se coronó campeón panamericano en los Juegos de Mar del Plata en 1995.

1996

En los Juegos Olímpicos de Atlanta, Ecuador ganó la primera medalla olímpica de su historia. La hazaña la realizó Jefferson Pérez, triunfando en la competencia de los 20 km. A su retorno, el país conmocionado, lo recibió como a un héroe.



EL TELÉGRAFO

DECANO DE LA PRENSA NACIONAL

Precio al público en todo el País S/. 1.000

Guayaquil, Ecuador - sábado 27 de julio de 1996

3 secciones 32 págin

JEFFERSON DE ORO



2005, FINLANDIA.

1999

Miriam Ramón se proclamó tri-campeona Sudamericana en el campeonato de Bogotá, Colombia. Ese año, Miriam decidió retirarse de la marcha atlética.

2003

Jefferson Pérez ganó la medalla de oro panamericana en los Juegos de República Dominicana y el Campeonato Mundial celebrado en París, Francia.

Miriam Ramón regresó a la actividad deportiva.

2004

Jefferson Pérez fracasó en su intento de obtener otra medalla olímpica. Finalizó en cuarto lugar en los Juegos Olímpicos de Atenas, en los 20 km. Su coterráneo Rolando Saquipay sorprendió a todos obteniendo un extraordinario décimo séptimo lugar.

2005

Nuevamente campeón mundial, Pérez se alzó con el título máximo en los 20 km, en el Mundial celebrado en Helsinki, Finlandia.

Miriam Ramón ganó la medalla de plata en el Campeonato Panamericano de Atletismo en Lima, Perú, en los 20 km. En el mismo torneo, Rolando Saquipay obtuvo el oro en los 20 km.

En los Juegos Bolivarianos de Pereira, Colombia, el azuayo Rolando Saquipay logró el oro en 20 km derrotando a Jefferson Pérez.

2007

Miriam Ramón consiguió la medalla de plata en los Juegos Panamericanos celebrados en Rio de Janeiro y Jefferson alcanzó el oro, ambos en 20 km. Saquipay logró la plata en 20 km. La prensa brasileña destacó la brillante actuación ecuatoriana en esos Panamericanos.

2008

En los Juegos Olímpicos de Beijing, China, Jefferson Pérez consiguió su



JUEGOS OLÍMPICOS DE 2008.



JOEL VILLAVICENCIO

segunda medalla olímpica cuando ganó la plata en la competencia de los 20 km. Luego de la competencia, Jefferson Pérez anunció su retiro de las pistas.

2010

En los Juegos Olímpicos de la Juventud, celebrados en Singapur, el marchista ecuatoriano Joel Villavicencio ganó la medalla de plata en la competencia de los 10 km.



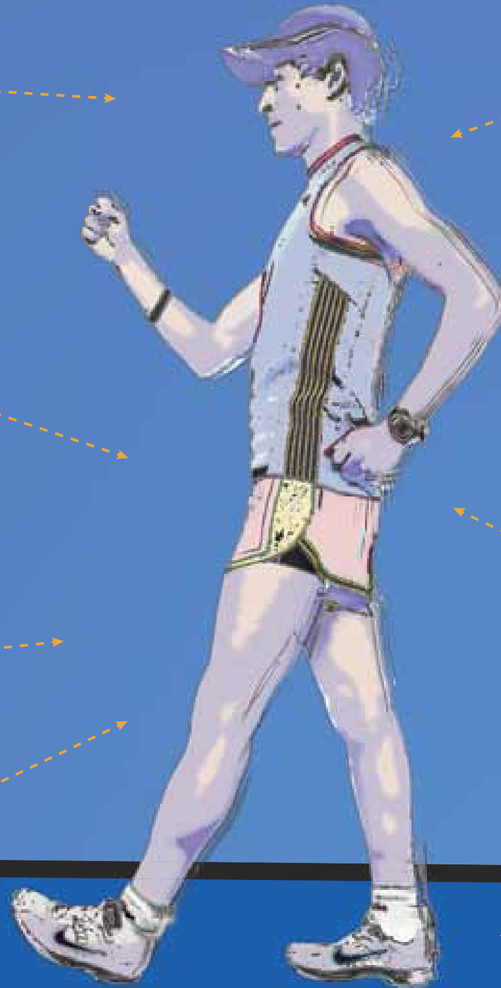


COSAS DE ATLETISMO



Marcha para principiantes

¿Cómo se debe practicar la marcha atlética? Aquí presentamos una serie de datos para empezar a practicar este deporte.



Postura

Tus hombros deben estar relajados. La espalda debe estar recta. La mirada al frente, mirando la pista cinco metros adelante.

Caderas y abdomen bajo

Mantén los músculos del abdomen bajo suavemente estirados. No fuerces el giro de tus caderas. Cuando obtengas la técnica adecuada, estos girarán naturalmente.

Muslos

Deben estar relajados. No los estires mientras das el paso.

Rodillas

Debes estirar la rodilla delantera en cada paso. Esto es muy importante para cumplir con las reglas de la marcha.

Hombros

Deja los músculos largos de los hombros relajados. Muévelos mientras mueves los brazos. No trates de doblarlos.

Brazos

Deja tus codos doblados a 85 grados. Deja tus brazos cerca de tu cuerpo. Mueve de adelante hacia atrás tus brazos según el ritmo de tus pasos, pero no los levantes demasiado.

Manos

Tus manos deben estar con un puño medio cerrado. No dejes a los dedos fuera del puño.

Pies

Tu paso debe caer en el taco, y el peso debe ir hacia los dedos del pie.

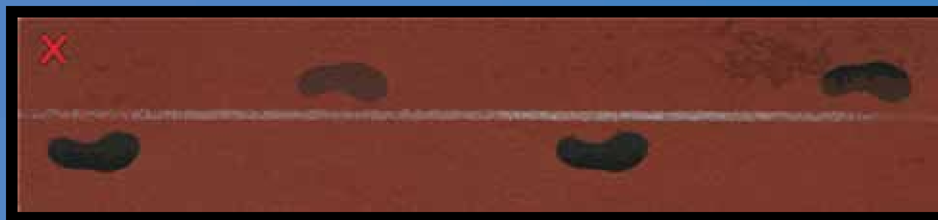
Paso

Piensa en pasos pequeños, rápidos. Deja que el paso de la pierna de adelante caiga debajo de tu cuerpo.

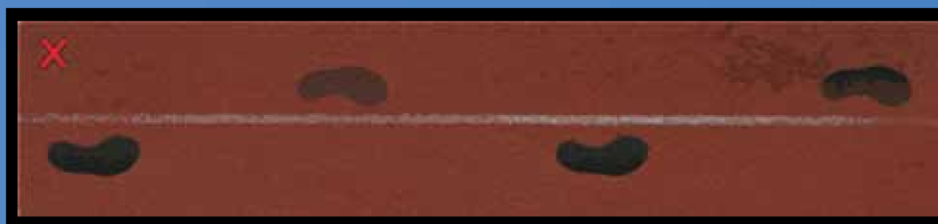


¿Cómo desplegar los pies en la marcha?

Imagina que, cuando estas marchando, existe una línea recta al frente tuyo. Si caminaras sin técnica, tus pisadas se darían, normalmente, a los lados de las líneas.



Pero en la marcha atlética, tus pisadas se darían casi en línea recta. Cuando aprendes a usar las caderas de forma eficiente, las pisadas se darán de esta forma casi sin esfuerzo.





La pisada



Cuando tu pie toca el suelo, debe aterrizar con la parte trasera del pie, con el tacón, y apuntar los dedos del pie hacia lo más alto posible. Una vez que el contacto con el piso está hecho, ve cambiando el peso del cuerpo hacia la parte delantera del pie.

Lo ideal es que cuando el pie aterrice, este se encuentre a cuarenta y cinco grados, y luego vaya cayendo.



Grandes atletas de la historia

En el 2009, los expertos del atletismo mundial eligieron a los más grandes atletas de la historia. Son todos héroes en sus países, y glorias de los Juegos Olímpicos. Éstos son los que encabezaron la lista:



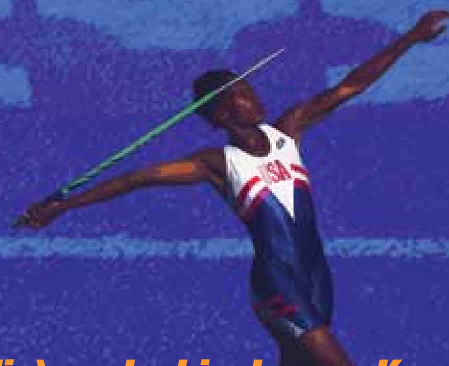
Carl Lewis (EE. UU.)

Oro en 100 m: 1984 y 1988; 200 m: 1984; salto largo:1984, 1988, 1992 y 1996; 4 x 100 m: 1984 y 1992.



Paavo Nurmi (Finlandia)

Oro en 10 000 m: 1920 y 1928; 1 500 m: 1924; 5 000 m: 1924; *cross country*: 1920 y 1924; equipo de *cross country*: 1920 y 1924; 3 000 m por equipos: 1924.



Jackie Joyner-Kersee (Estados Unidos)

Oro en salto largo: 1988; heptathlon, 1988 y 1992.



Emil Zatopek (República Checa)

Oro en 10 000 m: 1948 y 1952; 5 000 m: 1952; maratón: 1952.



Michael Johnson (EE. UU.)

Oro en 200 m: 1996; 400 m: 1996 y 2000; 4 x 400 m: 1992 y 2000.



Irena Szewinska (Polonia)

Oro en 200 m: 1968; 400 m: 1976; 4 x 100 m: 1964.



Abebbe Bilika (Etiopía)

Oro en maratón: 1960 y1964.

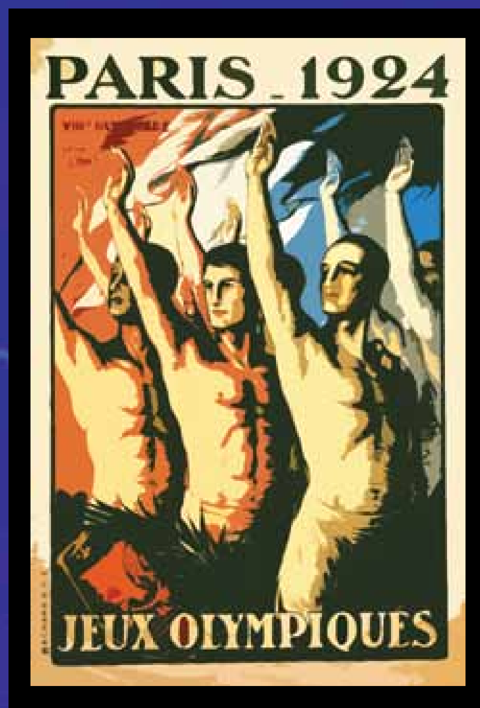


Jesse Owens (EE. UU.)

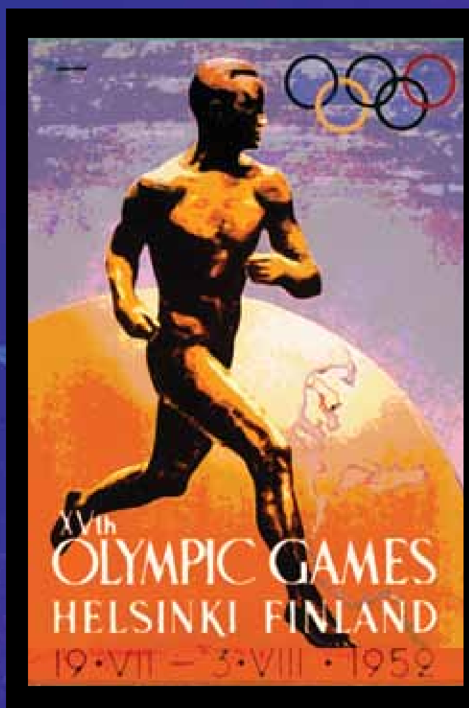
Oro en 100 m, 200 m, salto largo y 4 x 100 m: 1936



Modalidades atléticas en los Juegos Olímpicos







En los Juegos Olímpicos, el atletismo es el deporte más espectado y televisado. Hay una gran cantidad de especialidades. Éstas son:

- 10 000 m
- 100 m
- 110 m obstáculos
- 1500 m
- 200 m
- 20 km marcha
- 3000 m con obstáculos
- 400 m
- 400 m obstáculos
- 4 x 100 m relevo
- 4 x 400 m relevo
- 5 000 m
- 50km marcha
- 800 m masculino
- decatlón masculino
- heptatlón femenino
- lanzamiento de disco
- lanzamiento de martillo
- salto de altura
- lanzamiento de jabalina
- salto largo
- maratón
- salto con espiga
- lanzamiento de bala
- salto triple masculino



Récords mundiales en marcha

Varones				Damas			
Prueba	Tiempo	Atleta	País	Prueba	Tiempo	Atleta	País
20 000 m	1:17:25,6	Bernardo Segura	México	5 000 m	20:02,60	Gillian O'Sullivan	Irlanda
30 000 m	2:01:44,1	Maurizio Damilano	Italia	10 000 m	41:56,23	Nadezhda Ryashkina	URSS
50 000 m	3:40:57,9	Thierry Toutain	Francia	20 000 m	1:26:52,3	Olimpiada Ivanova	Rusia



Campeones olímpicos de marcha 20 km

Prueba	Atleta	País
Melbourne 1956	Leonid Spirin	Unión Soviética
Roma 1960	Vladimir Golubnichy	Unión Soviética
Tokio 1964	Kenneth Joseph Matthews	Gran Bretaña
México 1968	Vladimir Golubnichy	Unión Soviética
Munich 1972	Peter Frenkel	Alemania Oriental
Montreal 1976	Daniel Bautista	México
Moscú 1980	Maurizio Damilano	Italia
Los Ángeles 1984	Ernesto Canto	México
Seúl 1988	Josef Privilenic	Checoslovaquia
Barcelona 1992	Daniel Plaza	España
Atlanta 1996	Jefferson Pérez	Ecuador
Sidney 2000	Robert Korzeniowski	Polonia
Atenas 2004	Ivano Brugnetti	Italia
Beijing 2008	Valery Borchin	Rusia





El atletismo es una excelente forma de pasar tu tiempo libre. En muchos lugares del Ecuador encontrarás lugares donde puedes entrenar y practicar este deporte. No necesitas tener una gran estatura, puedes practicarlo tal como eres. Aquí hay algunos lugares donde puedes entrenar:

- Escuela de marcha de Luis Chocho, Cuenca (07) 410-3604
- Federación Deportiva del Guayas, Guayaquil: www.fedestudiantilguayas.org
- Concentración Deportiva de Pichincha, Quito www.cdp.com.ec
- Federación Deportiva de Ligas Barriales y Parroquiales, Quito: www.fedebyp.com
- Podium Escuela de atletismo, Quito www.podium.com.ec
- Club de la Unidad Bilingüe Interamericana, Cuenca. www.mibilingue.com
- Club de altletismo de la Universidad Técnica de Chimborazo, Riobamba: www.espoch.edu.ec
- Federación Deportiva de Manabí www.fedemanabi.org
- Federación Ecuatoriana de Atletismo, Cuenca www.featle.org.ec

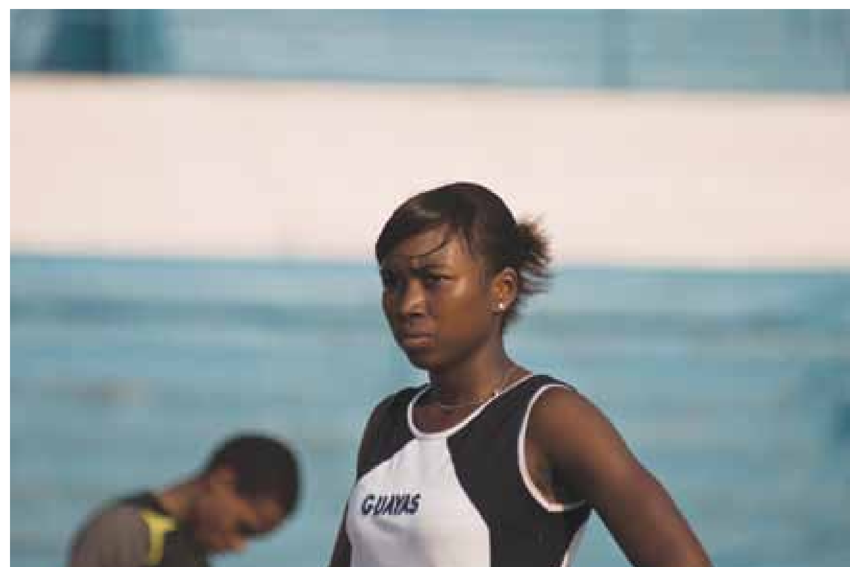


IMÁGENES Y TESTIMONIOS




CONCENTRACION DEPORTIVA
DE PICHINCHA
125


050


GUAYAS



«El hombre nace para caminar y termina queriendo caminar. El atletismo es el movimiento locomotor básico para toda actividad deportiva. Creo que la reciente política de apoyo directo al atleta para su preparación pre-olímpica por parte del Ministerio del Deporte abrirá una puerta para que el atletismo se desarrolle. No es que el atletismo se pueda comprar con dinero, sino más bien que en el atletismo se debe invertir».

Luis Chocho – entrenador


ECUADOR


























«El atletismo es una actividad popular porque es una actitud casi natural del ser humano. Correr es una prueba natural del individuo, buscar hacer menos tiempo y recorrer más. En mi caso y el de muchos quiteños, fue la Quito Últimas Noticias la prueba que nos fue emparentando con el atletismo desde hace más de cincuenta años».

Esteban Dávila – periodista del Diario Últimas Noticias







«Me gusta el atletismo porque ayuda a la formación de los niños desde que son pequeñitos y aprenden a caminar, a correr, a saltar, y esos son los fundamentos básicos de este deporte. Yo fui atleta desde pequeña, siempre recuerdo a Nancy Vallecilla, a Rolando Vera».

Zoyla Torres – aficionada



«Indudablemente el logro más importante es la medalla de Jefferson Pérez en marcha, pero no hay que olvidar lo que hizo Rolando Vera. Fue cuatro veces ganador de la San Silvestre, y ganador de maratones famosas. Rolando se convirtió en una muestra de los procesos bien hechos. Actualmente, no tenemos figuras descollantes, y si no hay apoyo para competencias a nivel estudiantil, no habrá semillero, es decir no habrá renovación».

Jacinto Bonilla – periodista












PASA


1326

Atlanta
1326





154
018




240

















«Empecé a los 13 años, primero corriendo, pero creo que no tenía muchas aptitudes para correr, y en el colegio mi entrenador me dijo que hagamos marcha. He competido en muchos campeonatos mundiales y los Juegos Olímpicos. Soy feliz de haber hecho esto. Hoy me gusta ser entrenadora, especialmente a las personas de bajos recursos económicos».

Miriam Ramón – ex atleta y entrenadora






049



Memorias del deporte: atletismo - marcha atlética es una producción editorial y audiovisual del Ministerio del Deporte realizada y editada por **OCHOYMEDIO**.

Este libro se terminó de imprimir en los talleres de la Imprenta Abilit, en Quito, Ecuador, en junio de 2011.

Memorias del deporte: atletismo - marcha atlética

Dirección general: Miguel Alvear

Producción ejecutiva: Mariana Andrade

Edición: Rafael Barriga

Diseño: Sebastián Malo

Diagramación: Anima

Fotografía: Ricardo Bohórquez y Miguel Alvear

Fotografía de archivo: Archivo del Banco Central del Ecuador, Diario El Telégrafo,
Comité Olímpico Ecuatoriano, Federación Deportiva del Azuay,
«El caminante de los pies de oro» de Mario Valdez.

Texto «Ecuador en marcha»: Galo Alfredo Torres

Coordinación de producción: Alexandra Mora

Coordinación de comunicación: Leonardo Intriago Solórzano

Administración: Silvia Cano

Asistentes de producción: Helena Jaramillo, Jenny Guaypacha, Andrés Andrade

Investigación: Gilda Sánchez, Ileana Matamoros, César Eduardo Galarza

Investigación adicional: Claudia García

Ilustraciones de infografías: Diego Terán Rojas

Ilustración adicional: Juan Carlos León

Corrección de estilo: Miladys Morales, Paul López

Pasante: Andrés Játiva

Impresión: Abilit

Una producción del Ministerio del Deporte





AREA PARA
COGIGO
BARRAS

El atletismo es un deporte practicado en todos los rincones del Ecuador. Desde pruebas de velocidad hasta maratones, la tradición atlética ecuatoriana se remonta a los primeros años del siglo pasado.

Las dos medallas olímpicas que ha conseguido el Ecuador las ganó el mismo atleta: el cuencano Jefferson Pérez, en la modalidad de marcha atlética. Este logro ha tenido repercusiones en todos los niveles de la vida social.

Memorias del Deporte: Atletismo – Marcha *nos habla de los triunfos de deportistas como Pérez, pero también nos enseña que detrás de cada medalla y cada campeonato existe una comunidad deportiva que hace posible conseguirlos.*



Ministerio
del Deporte
REPÚBLICA DEL ECUADOR